

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kanker adalah penyakit yang timbul akibat pertumbuhan tidak normal sel jaringan tubuh yang berubah menjadi sel kanker dan bersifat menyebar pada organ tubuh yang lain (Savitri et al, 2015). Penyakit kanker merupakan salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia. Pada tahun 2012, kanker menjadi penyebab kematian sekitar 8,2 juta orang (WHO,2012). Di Indonesia prevalensi kanker adalah sebesar 1,4 per 1.000 penduduk dan merupakan penyebab kematian nomor 7 (5,7%) dari seluruh penyebab kematian (Riskesdas, 2013). Kanker yang paling banyak terjadi yaitu kanker leher rahim, kanker payudara, kanker hati, kanker paru, kanker kulit, kanker nasofaring, kanker korektal, limfoma maligna, leukimia, dan trofoblas ganas (Yayasan Kanker Indonesia, 2008).

Kanker payudara merupakan kanker yang paling umum terjadi pada wanita. Pada tahun 2011 lebih dari 508.000 wanita meninggal karena kanker payudara di seluruh dunia (WHO, 2013). Pada tahun 2012, kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan persentase kasus baru tertinggi (43,3 %) dan dengan persentase kematian sebesar 12,9 % (WHO, 2012). American Cancer Society (2015) menyebutkan pada tahun 2014 di Amerika terdapat 3,1 juta kasus kanker payudara. Sedangkan pada tahun 2015 terdapat 231.840 kasus baru kanker payudara invasif terdiagnosa

pada wanita dan 2.350 pada laki-laki, serta terdapat 40.290 wanita dan 440 laki-laki meninggal dunia akibat kanker payudara.

Di Indonesia penyakit kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan pravelensi tertinggi kedua setelah kanker servik dengan pravalensi sebesar 0,5 % (Riskesdas, 2013). Estimasi insiden kanker payudara di Indonesia meningkat dari tahun 2002 dengan insiden 26 per 100.000 perempuan naik pada tahun 2012 menjadi 40 per 100.000 perempuan (WHO,2012). Provinsi Sumatera barat termasuk 8 besar provinsi dengan jumlah estimasi penderita kanker payudara tertinggi (2.285 orang) dan dengan pravelensi yang sudah di diagnosis oleh dokter 0,9 % (Kemenkes RI, 2015). Prognosis kanker payudara pada per stadium yaitu stadium I (100%), stadium II (92 %), stadium III (72%) dan stadium IV (22%). Dimana lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium yang lanjut (Kemenkes, 2015). Pratiwi (2011) menyatakan bahwa sebanyak 60-70 % pasien kanker payudara berobat pertama kali pada stadium 3 dan stadium 4.

Gejala yang biasa dirasakan pada kanker payudara yaitu nyeri, kecemasan, depresi dan *fatigue* (Do J et al, 2015). *Fatigue* yang berhubungan dengan kanker atau yang biasa disebut *cancer related fatigue* adalah suatu kondisi subjektif berupa perasaan lelah terus menerus yang berhubungan dengan kanker atau pengobatannya, sehingga mengganggu fungsi dan aktivitas sehari-hari (NCCN, 2014). Dokter memperkirakan 9

dari 10 pasien kanker payudara mengalami *fatigue* selama menjalani pengobatan (Breast Cancer,2017).

*Fatigue* yang dialami oleh pasien kanker berbeda dengan *fatigue* yang dialami oleh individu yang sehat dalam kehidupan sehari-hari. *Fatigue* digambarkan sebagai perasaan lemah, dan lesu. Sebagai pasien kanker payudara mungkin merasa terlalu lelah untuk makan, atau berjalan ke kamar mandi. Bagi beberapa orang, gejala *fatigue* semacam ini lebih mengganggu dari pada nyeri, mual, muntah, atau depresi (American Cancer Society, 2016).

Penyebab *fatigue* tidak diketahui secara pasti, tetapi umumnya menjadi gejala awal dan indikator dari progresivitas penyakit kanker (Danismaya,2008). Menurut NCNN (2014) *fatigue* pada pasien kanker dapat disebabkan karena obat-obatan, nyeri, gangguan emosional, anemia, gangguan tidur, ketidakseimbangan nutrisi, dan karna efek lainnya. Sedangkan menurut Bardwell dan Sonia (2008) *fatigue* pada pasien kanker payudara dapat disebabkan oleh depresi, nyeri, tidur, anemia, pengobatan kanker (operasi, kemoterapi, radiasi), inflamasi, dan obat-obatan.

Selama menjalani pengobatan, *fatigue* merupakan gejala yang sering dirasakan oleh pasien kanker payudara (Breast Cancer, 2017). Pengobatan kanker payudara terdiri dari pembedahan, kriolumpektomi, terapi radiasi, terapi penghambat (blocking), obat target dan kemoterapi

(Robinson dan Lyndon,2014). Aslam et al (2014) melaporkan 90 % pasien kanker mengalami *fatigue* selama menjalani kemoterapi.

Kemoterapi adalah pengobatan kanker dengan menggunakan obat-obatan atau hormon (Aziz et al., 2006). Pengobatan kemoterapi dapat diberikan melalui rute topikal, oral, intravena, intramuskular, subkutan, arteri, intrakavitasi, maupun intratekal (Brunner dan Suddart,2005). *Fatigue* sebagai akibat dari kemoterapi berhubungan dengan mekanisme kerja kemoterapi yang berdampak pada toksisitas hematologi. Kemoterapi tidak hanya mempengaruhi sel cancer tetapi juga mengganggu fungsi siklus sel normal dengan menurunkan absorpsi nutrient sel yang penting. Gangguan pada pembentukan sel darah pada sumsum tulang atau myelosupresi menyebabkan penurunan sel darah merah, trombosit dan leukosit yang ikut mempengaruhi terjadinya *fatigue* (American Cancer Society,2016).

Pada pasien kanker payudara yang menerima kemoterapi, *fatigue* meningkat secara signifikan setelah menerima kemoterapi inisiasi, tetapi kemudian dilaporkan tidak ada perubahan yang berarti antara pengukuran awal dan pengukuran akhir. Pada penelitian lainnya pada pasien kanker payudara yang menerima kemoterapi, *fatigue* tidak meningkat secara signifikan namun terjadi fluktuasi pada tingkat *fatigue* yang terjadi. *Fatigue* terutama menigggi ketika sedang menjalani infus kemoterapi, oleh karena itu menyebabkan pola tinggi dan rendahnya kejadian *fatigue* (Prue

et al, 2006). Penelitian lainnya menunjukkan fatigue meningkat beberapa hari setelah pemberian obat kemoterapi (Miller et al,2007).

Kondisi *fatigue* yang terus-menerus, bisa mempengaruhi kualitas hidup klien disebabkan karena klien menjadi terlalu lelah untuk ikut terlibat dalam aktifitas dan peran yang membuat hidup menjadi lebih bermakna. Perawat sebagai tenaga kesehatan mempunyai tanggung jawab profesi untuk ikut andil dalam menyelesaikan setiap permasalahan kesehatan yang ada. Cara yang dapat mengurangi *fatigue* akibat kemoterapi yaitu dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Teknik non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan *fatigue* adalah dengan teknik relaksasi, yoga, hipnotis, guide imagery, latihan fisik, dan meditasi (Cho W,2013).

Teknik relaksasi adalah terapi komplementer dan alternatif yang sering digunakan baik untuk populasi umum maupun pada pasien kanker. Teknik relaksasi dapat menurunkan saraf simpatis dan meningkatkan saraf parasimpatis. Ketika individu berada dalam keadaan rileks, tingkat pernapasan dan jantung mereka lambat, dan perasaan tenang akan mendominasi. Teknik relaksasi terdiri dari teknik nafas dalam, relaksasi otot progressif dan relaksasi autogenik (Cho W,2013)

Teknik relaksasi otot progresif (PMR) adalah salah satu dari teknik relaksasi yang mudah dan sederhana yang sudah digunakan secara luas (Cho W, 2013). PMR terdiri dari dua langkah. Langkah pertama adalah dengan memberikan tegangan pada suatu kelompok otot, dan kedua



dengan menghentikan tegangan tersebut kemudian memusatkan perhatian terhadap bagaimana otot tersebut menjadi rileks, merasa sesasi rileks secara fisik dan tegangannya menghilang (Richmond, 2007). PMR mempunyai manfaat menurunkan kecemasan, mual, muntah, *fatigue*, nyeri, depresi, insomnia, sakit kepala, osteoarthritis, dan asma (Synder dan Lyndquist, 2010)

Amini et al (2016) di Iran menunjukan setelah diberikan teknik relaksasi relaksasi otot progressive pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa, tingkat *fatigue* yang mereka rasakan menurun. Penelitian lain yang dilakukan oleh Annalakshmi (2016) di India juga menunjukan teknik relaksasi otot progressive dapat menurunkan nyeri, kecemasan dan *fatigue* yang dirasakan penderita kanker yang menjalani kemoterapi. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Demiralp et al (2010) di Turki pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi juga menunjukan terdapat pengaruh teknik relaksasi otot progressive terhadap kualitas tidur dan *fatigue* pada pasien kanker payudara dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberi terapi relaksasi.

RSUP DR. M. Djamil, RS Khusus Bedah Ropanasuri, dan RS Yos Sudarso merupakan rumah sakit rujukan di kota Padang yang melayani tindakan kemoterapi pada pasien kanker. Terdapat 12-55 kunjungan pasien kanker payudara perbulan di Unit kemoterapi rumah sakit tersebut. Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 3 orang pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi didapatkan hasil bahwa umumnya

mereka sering mengalami kelelahan setelah menjalani kemoterapi. Mereka mengatakan merasa lelah bila beraktifitas dan sering membatasi aktifitas supaya tidak lelah. Kebanyakan dari mereka juga sering menghabiskan waktunya di rumah bahkan kurang juga melakukan sosialisasi dengan lingkungan sosialnya dengan alasan merasa malas dan letih. Terkadang mereka juga mengeluhkan kelelahan yang ia rasakan kepada perawat namun tidak ada saran dan penanganan yang mereka dapatkan, sehingga belum nampak di sini peran perawat sebagai pemberi asuhan.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Teknik Relaksasi Otot progresif Terhadap Penurunan Skor *Fatigue* pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang”.

## **B. Penetapan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalahnya adalah apakah ada pengaruh pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skor *fatigue* sebelum diberikan teknik relaksasi otot progresif pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang
- b. Mengetahui skor *fatigue* sesudah diberikan teknik relaksasi otot progresif pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang
- c. Mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan skor *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Kota Padang

### D. Manfaat penelitian

#### 1. Bagi Institusi Keperawatan

Sebagai masukan bagi bidang keperawatan, khususnya keperawatan medikal bedah dan keperawatan kritis dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.



## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumbangan ilmiah dan masukan untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya tentang pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan *fatigue* pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

## 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai bahan pustaka atau bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya dalam merancang sebuah penelitian.

